

# In gesprek

Ervaringsdeskundigheid en  
rehabilitatie een prima combi!



Foto: Martin de Groot

Al jaren groeit het aantal ervaringsdeskundigen explosief. Een mooie ontwikkeling, vinden Lenneke Elfers (LE) en Nicoline Telgenkamp (NT), beide werkzaam als ervaringsdeskundige bij Pameijer.<sup>1</sup> Tegelijkertijd zien zij een weerbarstige praktijk. Een gesprek, waarin hoop voor de toekomst klinkt.

Nicoline Telgenkamp is coördinerend ervaringsdeskundige voor de regio. Ze werkt met klanten en medewerkers en functioneert als brug tussen beleid en het primaire proces in deze functie. Ze is daarnaast docent in de IRB (individuele rehabilitatiebenadering)<sup>2</sup> en geeft IRB-trainingen en werkbegeleiding aan collega's. Lenneke is adviserend ervaringsdeskundige op beleid, met name de implementatie van HOZ&Ervaringsdeskundigheid. Ze is ook bestuurslid van de Vereniging van Ervaringsdeskundigen en Stichting Rehabilitatie'92.<sup>3</sup>

## Lenneke, jij bent ervaringsdeskundige van het eerste uur. Ben je een tevreden professional?

**LE:** Nou, ik ben hoopvol en trots op de landelijke stem die ervaringsdeskundigen nu in het kapittel hebben. Plus het feit dat er bij Pameijer nu vijftig betaalde ervaringsdeskundigen werken, waarvan drie met een verstandelijke beperking en een tiental familie-ervaringsdeskundigen, in alle lagen van onze organisatie (primaire proces, beleid, Howie the Harp<sup>4</sup>). Het 'middel' ervaringsdeskundigheid heeft absoluut een positief effect op onze dienstverlening.

Maar ik ben zeker nog niet tevreden. De moed zakt mij zelfs wel eens in de schoenen, zoals laatst door een artikel in Trouw van Awee Prins getiteld 'Een psychiatrisch patiënt wordt nooit meer de oude'.<sup>5</sup>

### Hartenkreet

**LE:** Wat maakt dat de herstelbeweging hier zo wordt neergezet? Heeft de herstelbeweging ooit uitgedragen mensen in hun kracht te kunnen zetten en herstel aangeduid als 'in de

oude staat terug willen brengen' zoals Prins suggereert? Nee toch? Zij weten uit eigen ervaring immers wel beter? Als geen ander weten zij dat je door iemand 'in je kracht laten zetten' helaas onmogelijk is. Want dan had ik daarvan in die afschuwelijke jaren graag gebruikge maakt. Bovendien, wie wil er nou terug naar de tijd waarin je trauma's opliep, die je zoveel schade berokkenden? Dat weet deze schrijver toch ook wel? Wat beoogt hij dan om dit op deze manier de media in te slingeren? En dan noem ik nog maar twee items uit dit artikel. Het maakt me boos, omdat de herstelbeweging vervolgens die onjuiste beeldvorming weer kan gaan repareren.

### **Voldoening en werk aan de winkel**

**LE:** Gelukkig kan ik na zo'n domper weer voldoening halen uit de samenwerking met van die ervaringsdeskundige parels, die dapper in het primaire proces voortploeteren. Terwijl de in-trede van ervaringsdeskundigen en de implementatie van herstelondersteunende zorg niet vlekkeloos verloopt. Hierbij denk ik aan duidelijke taken hebben, onderdeel zijn van het team en erkenning van de meerwaarden. Zij houden stug vol, hoewel ik de indruk heb dat zij meer moeite hebben dan de gemiddelde medewerker om zich de status van gelijkwaardig teamlid te verwerven. Ook moeten sommige ervaringsdeskundigen die nooit eerder hebben gewerkt, zich de eisen die aan een werknemer worden gesteld nog eigen maken. Veel ervaringsdeskundigen hebben moeite het hoofd boven water te houden en hebben goede steunsystemen nodig.

### **Nicoline, jij werkt in het primaire proces. Wat zie jij?**

**NT:** Ik zie dat de ervaringsdeskundigen inderdaad niet vanzelfsprekend een plek in hun team krijgen. Om te kunnen floreren heb je een warme ontvangst nodig en vertrouwen van je collega's. Het zou niet de enkelvoudige verantwoordelijkheid van een ervaringsdeskundige mogen zijn om de meerwaarde van herstelondersteunende zorg en van ervaringsdeskundigheid te 'bewijzen'. Het is denk ik een voorwaarde dat je daar als team en met klanten samen naar op zoek gaat als een gezamenlijke opdracht. Het gaat om elkaar kansen gunnen en nieuwsgierig zijn. Voor elke cultuurverandering is draagvlak nodig.

### **Communiceren over herstel**

**NT:** Zelf leer ik steeds duidelijker te communiceren, meer handvatten en woorden te geven aan mijn eigen herstelproces en dat van anderen. Ook door het schrijven van herstelverhalen, deze te delen en te luisteren naar de verhalen van anderen. Van groot belang vind ik ook het lezen over de (landelijke) ontwikkelingen in ons vakgebied.

Tijdens – soms heel pittige – gesprekken met niet-ED collega's word ik ook uitgedaagd om vragen goed te beantwoorden en inspirerende voorbeelden te blijven geven. Het lukt mij steeds meer te accepteren dat sommige collega's niet zo open en enthousiast zijn over de komst van ervaringsdeskundigen; er is geduld nodig, afstemming, creativiteit, moed en doorzettingsvermogen. Ik kan niet eenzijdig het gelijk opeisen. Zo van: jij moet herstelgericht gaan werken en jij moet naar mij luisteren want ik heb meerwaarde als ervaringsdeskundige. Het is een proces waarin ik hoop dat we naar elkaar groeien en vooral de klant steeds meer ruimte gaat krijgen.

### **Steun zoeken en 'omdenken'**

**NT:** Wat helpt als ik de moed in mijn schoenen voel zakken, is het contact met andere ED collega's, bij de vakgroep ervaringsdeskundigen of te lezen in de nieuwsbrief van en voor ervaringsdeskundigen. Juist omdat ik geen onderdeel ben van een team moet ik mijn steun actief zoeken. Ik leer mijzelf 'omdenken' en als mensen zeggen: 'Herstel, dat zegt mij niets en mijn klanten al helemaal niet.', denk ik: 'MOOI, dan ben ik hier precies op de juiste plek! Het is een pre dat ik al ervaring had met werken, ook zelf als hulpverlener. Ik heb psychologie gestudeerd en dat brengt soms toch aanzien mee voor anderen. Ik kan verschillende petten opzetten. Ik geef het je te doen als je nog nooit gewerkt hebt in de zorg of in een team. En dan als eenling in een team komt waarvan de leden allemaal vraagtekens boven hun hoofd hebben. Zie dat dan maar eens niet persoonlijk op te vatten!

**LE:** Je zet de soms moeilijke positie heel duidelijk neer. Het verdient absoluut veel aandacht, want we kunnen het naar cliënten toch niet maken dat de intrede van ervaringsdeskundigen en verdere implementatie van herstelondersteunende zorg in het primaire proces mislukt?

### **Zie je ook overeenkomsten met het invoeren van de Individuele Rehabilitatie Benadering?**

**NT:** Ja zeker. Sommige collega's pakken de methode meteen op, komen naar de werkbegeleiding, mailen en stellen vragen, andere niet. Ik begrijp dat hier verschillende redenen voor zijn. Ze zien de weg naar herstel niet of vinden geen handvatten om het gesprek te openen naar de wens van de klant. Sommigen zeggen het zo druk te hebben met andere dingen, brandjes blussen, de waan van de dag, dat er überhaupt weinig ruimte voor gesprek is. Ervaren werkdruk speelt zeker een rol wanneer collega's geen ruimte en tijd ervaren om zich nieuwe dingen eigen te maken. Maar ook onzekerheid kan een rol spelen, als verandering het de vraag oproept: 'Doe ik het soms nu niet goed dan?'

**LE:** Het lijkt alsof rehabilitatie minder populair is geworden en ik vraag me af waarom, en waarom ervaringsdeskundigen er niet warm voor lijken te lopen. Tijdens de GOAL-opleiding<sup>6</sup> ging mij in de lessen over rehabilitatie een licht op doordat ik de link legde naar mijn eigen situatie. Ik besepte te leven in de verschillende domeinen die ik leerde onderscheiden. Door te leren en te werken kwam ik weer wat bij mijn positieven en gingen andere domeinen zoals sociale contacten in die lift van herstel mee. Sindsdien geloof ik er heilig in. Methodisch werken werkt!

### **Wat zijn jouw ervaringen met rehabilitatie, Nicoline, waarom heb jij de IRB omarmd?**

**NT:** Als psychologiestudent leerde ik analyseren. Herstel en ervaringsdeskundigheid waren mij onbekend. Ik had mijn psychotische kwetsbaarheid nog lang niet onder controle. Wel was ik gecharmeerd van rehabilitatie. Dat je weer terug kunt naar de samenleving na een tijdelijke uitval. Dat hoe ziek je ook bent, je altijd kunt werken aan een rol die je kunt vervul-

len en van betekenis kunt zijn voor je omgeving. Sommige ervaringsdeskundigen vinden de IRB veel te gestructureerd en denken dat zij hun intuïtie dan niet meer kunnen inzetten. Ikzelf heb gemerkt dat de methodiek goed werkt voor mij en de klant. Juist door de structuur vul je minder in voor de ander en houdt de klant de regie en het eigenaarschap van het proces. Jij als gesprekspartner wordt meegenomen in plaats van dat je in de valkuil stapt dat jij als hulpverlener moet bedenken hoe en waar de ander heen gaat. Dit hoor ik trouwens ook terug van collega's die ermee zijn gaan werken.

### Werk als doel

**NT:** Ik heb mij mij vroeger enorm verzet tegen de arbeidsmoraal. Nu realiseer ik mij dat juist het weer gaan werken enorm heeft bijgedragen aan mijn herstel. Meer dagstructuur, gezonder leven, meer betekenis in mijn leven, weer geld gaan verdienen. Mijn eigen geld beheren zorgde wel degelijk voor veel meer zelfwaarde. Hoewel ik mijzelf vanaf mijn 'terp' (zie film Martijn Kole in Samenwerken aan herstel<sup>7</sup>) heel andere dingen had wijsgemaakt. Ook al was ik nog psychotisch, ik kon toch werken! Dat was een eye-opener. Eigenlijk heeft dat hele diagnosedenken mij ziek gemaakt. Alles moest in hokjes en daar geloofde ik niet in. Hoewel ik toen nog geen woorden had om dit te vertellen. Nu gelukkig wel en intussen voel ik me geen roepende in de woestijn meer, maar bevind ik mij in geweldig gezelschap!

### Noten

- 1 Stichting Pameijer is een RIBW-instelling in Rotterdam e.o. Zie <https://pameijer.nl>
- 2 IRB is Individuele Rehabilitatie Benadering, een veel toegepaste, rehabilitatiegerichte werkwijze die aansluit bij de wensen, rollen en doelen van cliënten en hen ondersteunt bij het bereiken van zelf gestelde doelen. Het is een evidence based methodiek.
- 3 Zie respectievelijk <https://vved.org/> en <https://r92.nl>.
- 4 Howie the Harp is een opleiding tot ervaringsdeskundige. Zie <https://howietheharp.nl>.
- 5 Trouw, 19 januari jl. <https://www.trouw.nl/religie-en-filosofie/een-psychiatrisch-patient-wordt-nooit-meer-de-oude~abea3ae6b/>
- 6 GOAL: eerste begeleid leren opleiding tot ervaringsdeskundige in Nederland.
- 7 <http://kennisbundel.vilans.nl/herstelondersteunende-zorg-herstel.html>